

しもか荘だより

2022年
6月号

さいたま市老人福祉センターしもか荘（シニアふれあいセンターしもか荘）

さいたま市北区日進町1-800-105

TEL/FAX 048-668-1445

指定管理者：社会福祉法人さいたま市社会福祉事業団 <http://www.saicity-j.or.jp>



今月の行事



太極拳教室

2日(木)
9:50~11:20

講師の方に
楽しく教えていただきます。



手芸教室

23日(木)13:00~15:00
16日(木)より申込み受付

※作る作品は館内に掲示します。



体操教室

30日(木)
10:00~11:00

地域運動支援の方に
指導していただきます。一緒に体操しましょう。



折り紙教室

9日(木)13:00~15:00
2日(木)より申込み受付

※作る作品は館内に掲示します。



脳トレ

16日(木)
職員が楽しい問題を用意しています。
脳トレで頭の体操をしましょう。



健康相談

10日(金)・17日(金)・24日(金)
13:30~14:00

病院にかかるほどではないけれど
ちょっと健康の事で、ドクターに相談してみたい時は
是非ご利用ください。



※感染状況などによって変更する場合があります。
詳しくは、館内掲示をご覧ください。

利用時のお願い

- マスク着用 ●入館利用者記録表の提出・シルバーカード及び年齢等証明書類の提示
- 検温・手指消毒 ●石鹸の提示(入浴希望の方のみ)

【利用時間】 9:00~17:00

★入浴 10:00~16:00(16:00 までには脱衣室をご退出ください。)

●時間制限はありません。●人数制限8人 脱衣カゴが空いていればご利用になれます。

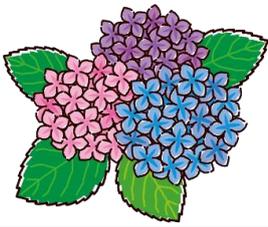
●石鹸、ボディソープをご持参ください。●ドライヤーは、脱衣室でご使用ください。

★カラオケ 午前の部 10:30~12:00 午後の部 13:30~15:00 ※木曜日は行いません。

★飲食 12:00~13:30 大広間のみです。(飲酒可) カラオケ中、食事は休止です。(感染対策)

★スカイウェル 9:00~17:00 1日1回のみ、20分

★将棋・囲碁 9:00~16:00 マスクの着用と対局前の手指消毒をお願いします。



しもか荘6月の予定



日	月	火	水	木	金	土
★ ★ 4 日 (土) ★ ★ 埼玉県立大学の学生さんが実習に来られます ご協力をお願いいたします。		1	2	3	4	
5	6 休館日	7	8	9 折り紙教室 13:00~	10 健康相談 13:30~	11
12	13 休館日	14	15	16 脳トレ	17 健康相談 13:30~	18
19	20 休館日	21	22	23 手芸教室 13:00~	24 健康相談 13:30~	25
26	27 休館日	28	29	30 体操教室 10:00~		

しもか荘では 毎日、体操を行っています。ぜひ、ご参加ください。

- ① 9:45 ラジオ体操第一
- ② 10:30 ラジオ体操第一
- ③ 13:30 北国の春

※ 木曜日は、①のみです。



☆☆☆ お知らせ ☆☆☆

令和4年7月1日から令和5年3月31日まで
中規模修繕のため休館になります。
ご協力をお願いいたします。



社会福祉法人
さいたま市社会福祉事業団